Advaya-Tāraka Upaniṣad

(Nº 53. Yoga. Yajur-Veda Branco)

Tradução em inglês de T. R. Śrīnivāsa Ayyaṅgār - 1938

Tradução em português de Eleonora Meier - 2018

(Essa Upaniṣad[1] fixa sua meta em Brahman e somente em Brahman e procura expor os fundamentos do Rāja-yoga.)

Elegibilidade para o Tāraka-Yoga[2]

Então e por essa razão nós agora expomos para o Yati (asceta) que controlou seus sentidos, e é pleno das seis qualidades de Śama[3] e outras, a Advaya-tārakopaniṣad, (a Upaniṣad com a qual alcançar Brahman por atravessar o Saṃsāra por meio do Tāraka-yoga). (1)

Os Meios e o Fim do Yoga

Sempre pensando "Eu sou da forma de Cit (Consciência)", com os olhos bem fechados, ou com os olhos levemente abertos, vendo através de introspecção o Brahman transcendente, acima do meio das sobrancelhas, como tendo a forma da refulgência de Sat, Cit e Ānanda (Ser, Consciência e Bem-aventurança), ele se torna daquela forma (Tāraka). (2)

A Forma de Tāraka

Aquilo que habilita (uma pessoa) a atravessar o grande medo de passar pelo ciclo de existência pré-natal, nascimento, senilidade e morte e por isso é denominado Tāraka [Balsa[4]], tendo percebido que as duas (entidades), Jīva e Īśvara, são apenas os resultados da Ilusão, e abandonado todas as coisas demonstráveis como "isso não, isso não", o que resta, aquilo, é o Brahman não-dual [Adhvaya Brahman]. (3)

Como alcançar

Para alcançá-lo deve-se recorrer aos três tipos[5] de Lakṣya [meta, alvo, objetivo] (Introspecção). (4)

---

[1] Essa Upaniṣad contém prosa e verso misturados. A tradução dos versos está levemente mais afastada da margem.

[2] [A *Maṇḍala Brāhmaṇa Upaniṣad* também trata do Tāraka Yoga, lá, em 1.2, é dito que 'Taraka é Brahman, que estando no meio das duas sobrancelhas é da natureza da refulgência espiritual de Saccidānanda' – Tradução de K. Narayanasvami Aiyar].

[3] As seis qualidades são: 1. Śama, quietude, autocontrole quanto à mente. 2. Dama, subjugação, autocontrole em ação. 3. Uparati, cessação, tolerância 4. Titikṣā, paciência; contentamento. 5. Samādhāna, aborção; unidirecionalidade. 6. Śraddhā, fé; confiança.

[4] [Tāraka também significa 'uma estrela', 'a pupila do olho', 'aquilo que liberta', etc.].

[5] ["Segundo a *Advaya-Tāraka-Upaniṣad*, se pode discernir claramente três estágios de realização nesse caminho yogue [ou seja, o caminho do Tāraka Yoga]. Eles são chamados de 'três sinais' (tri-lakṣya). O primeiro é o dito 'sinal interno' (antar-lakṣya), o segundo, o 'sinal externo' (bahir-lakṣya). Pode-se dizer que eles constituem diferentes fases da śāmbhavī-mudrā, o 'gesto' ou 'selo' de Śambu, o Senhor Śiva". – Georg Feuerstein, *Uma Visão Profunda do Yoga*].

Descrição da Introspecção Interna

Existe no meio do corpo a Suṣumṇā, a Nāḍī de Brahman, da forma do Sol e da refulgência da Lua. Essa, se erguendo do (plexo) Mūlādhāra (suporte-base), vai na direção do (plexo) Brahma-randhra (a fenda de Brahman [no topo e no meio do crânio]). A meio caminho entre os dois está a célebre Kuṇḍalinī, com um esplendor como o de miríades de relâmpagos e de forma delicada, como a do filamento fino do talo de lótus. Tendo visto isso através da mente apenas, o homem é libertado (de toda escravidão) pela destruição de todo pecado. Se ele vir incessantemente, por causa da refulgência do Tāraka-yoga, um brilho na região facial específica na frente da testa (ele) se torna um Siddha (realizado). Um som parecido com 'Phoo' é gerado em (seus) dois orifícios do ouvido tapados com as pontas de (seus) dedos indicadores. Quando a Mente (dele) é afinada até esse estágio, vendo um espaço azul radiante a meio caminho entre seus olhos, ele obtém, através da Introspecção, Bem-aventurança de uma qualidade extraordinária. Exatamente assim ele faz em seu coração. Desse modo o buscador de libertação deve praticar Introspecção Interna. (5)

Descrição da Introspecção Externa

Então (vem) a descrição da Introspecção Externa. Ele deve ver o espaço etéreo de uma cor azul levemente beirando a cor do índigo, então aparentemente brilhando como uma onda de cor vermelho-sangue, mas realmente laranja, na frente de seu nariz, a uma distância de quatro, seis, oito, dez e doze polegadas, assim ele se torna um Yogue (Adepto). Existem feixes radiantes principais ao alcance da visão de uma pessoa que lança seus olhos na direção do céu etéreo. Ao ver esses feixes (ele) se torna um Yogue. Ele vê raios radiantes, cintilantes como ouro fundido, na extremidade de seus olhares laterais ou na Terra. Essa visão é fixa. Por aquele que vê até uma distância de doze polegadas sobre o topo de sua cabeça é alcançada Amṛtatva (Imortalidade). Onde quer que ele esteja, o brilho do céu etéreo deve ser visto sobre o topo de sua cabeça, assim ele se torna um Yogue[6]. (6)

Descrição da Introspecção Intermediária

Então a descrição da Introspecção Intermediária: Ele [se] vê, ao amanhecer, como o vasto disco do Sol resplandecente com cores variadas e outras, como uma enorme conflagração de Fogo e como as regiões meio-etéreas desprovidas desses. Ele permanece com uma forma idêntica à deles. Por vê-los repetidamente segue-se o Éter desprovido de qualidades; segue-se o Éter transcendente semelhante à escuridão palpável intensificada pelo esplendor da forma radiante de Tāraka; segue-se o grande Éter brilhante como o fogo do dilúvio; segue-se o Tattvākāśa (Éter em Realidade) refulgente com brilho transcendente superando a todos; e segue-se o Éter do Sol deslumbrante com o esplendor de cem mil Sóis. Assim os cinco Éteres, externos e internos, tornam-se visíveis para a Introspecção do Tāraka-yogue. Aquele que o vê, livre de resultados, torna-se como esse Éter. Assim, somente a Introspecção do Tāraka se torna a concessora do fruto da ausência de mentalidade.[7] (7)

---

[6] [‘Onde quer que esteja, se houver luz acima da cabeça de alguém, ele é um yogue’. – P. R. Ramachander].

[7] [“Na terceira etapa do experimento tudo acontece de forma muito intensificada, e a consciência torna-se tão absorvida na experiência que não pode mais falar propriamente sobre isso como visão ou percepção. Isso é samādhi, a fusão de sujeito e objeto. O praticante torna-se as suas experiências. O ‘campo eterno’ que ele ou ela percebe ou, mais precisamente, vive, é interno e externo, e ele pode

O Duplo Tāraka

Esse Tāraka é de dois tipos: a primeira metade Tāraka, e a segunda metade a (variedade) sem mente. Aqui está o śloka respondendo a esse propósito:

> Saiba então que o Yoga é duplo, na relação de prioridade e posterioridade; o primeiro deve ser conhecido como Tāraka e o último Amanaska (variedade não mental)[8]. (8)

A Realização do Tāraka-Yoga

Nas pupilas, no interior dos olhos, há o reflexo da Lua e do Sol. A visão, pelas pupilas do olho, dos discos solar e lunar, consiste na visão (pelo yogue) deles, depois de concluir que, como no Macrocosmo (Brahmāṇḍa), existe um par (correspondente) de discos solar e lunar no Éter do meio da cabeça (do yogue) no Microcosmo (Piṇḍāṇḍa). Aqui também ele deve contemplar com a mente considerando os dois como essencialmente um só, porque sem essa mente não há margem para o jogo dos sentidos. Por isso, Tāraka deve ser interpretado como possível apenas com Introspecção. (9)

Os Dois a serem Distinguidos como Corpóreo e Incorpóreo

Esse Tāraka é duplo: Mūrti-tāraka (corpóreo) e Amūrti-tāraka (incorpóreo). O que culmina com os sentidos é corpóreo; o que transcende as sobrancelhas é incorpóreo. Em todos os casos, ao decifrar o significado interno, a prática junto com a Mente é desejável. Como com os Tārakas pode ser encontrado o que existe acima deles, a forma Sat-Cit-Ānanda que é o resultado da Introspecção com a ajuda da Mente é o Brahman somente. Por isso é evidente que o Brahman tem brilho branco. Esse Brahman se torna cognoscível por meio de Introspecção com o olho auxiliado pela Mente. Assim também é o Amūrti-tāraka (incorpóreo). É só por ver com a ajuda da Mente que o Dahara [sutil] e as outras formas semelhantes de Éter se tornam cognoscíveis. A percepção da forma sendo dependente da Mente e do olho, tanto externamente quanto internamente, é somente pela conjunção do Ātman, da Mente e dos olhos que a percepção da forma é alcançada. Daí a Introspecção em conjunção com a Mente é essencial para a manifestação do Tāraka[9]. (10)

A Forma Real do Tāraka-yoga

Por lançar os olhos atentamente sobre a fenda entre as duas sobrancelhas, o que se manifesta através disso, aquele brilho que se encontra

---

assumir qualquer uma dessas cinco formas: (1) o éter-espaço desprovido de qualidades, (2) o éter-espaço supremo, (3) o grande éter-espaço, (4) o éter-espaço da verdade, e (5) o éter-espaço solar. Esses representam experiências distintas associadas a cores e intensidades específicas. Idealmente, a progressão é do primeiro até o quinto. Esse último campo luminoso é comparado ao brilho em conjunto de cem mil sóis. Só resta um passo a ser dado, a saber, a realização da Realidade transmental (amanaska), que também é conhecida como tāraka'. – Georg Feuerstein].

[8] ['Em Tāraka-Yoga, as experiências de luz precedem a realização final. A libertação implica, assim, um salto para além dos fotismos'. – Georg Feuerstein].

[9] ['Aquilo que pode ser percebido pelos órgãos sensoriais é o que tem uma forma. Aquilo que está entre as pálpebras não tem forma. Sempre para entender as coisas internas é necessário prática com profunda aplicação da mente. No Tāraka yoga, conceitos como Daharākāśa são entendidos apenas pelos olhos da mente. O uttara (posterior) yoga é sem forma. Ele está além da mente'. – P. R. Ramachander].

acima, é o Tāraka-yoga. Depois de provocar uma união completa do Tāraka ligado à Mente junto com ele, com esforço cauteloso, ele deve erguer as sobrancelhas levemente. Essa é a primeira (variedade de) Tāraka-yoga. A última, que é incorpórea, é considerada Amanaska (sem mente). Há um grande feixe de esplendor acima da base do palato. Esse é digno de ser meditado por yogues. Daí flui poder sobrenatural, como Aṇimā (atenuação) e similares. (11)

A Mudrā relativa a Śāmbhu

No caso das Introspecções interna e externa, quando ambos os olhos estão desprovidos do poder de abrir e fechar, ocorre o que é conhecido como a Mudrā relativa a Śāmbhu. Pela residência nela de sábios que assumiram essa Mudrā a Terra se torna sagrada. Por seu olhar todos os mundos são santificados. Quem quer que receba a oportunidade de adorar esses grandes yogues também se liberta. (12)

Formas de Introspecção Interna

O brilho irradiado pela Introspecção Interna tem a própria forma de alguém. Sob a instrução dada pelo grande preceptor, a Introspecção Interna assume (a forma de) o brilho que emana do lótus de mil pétalas ou o esplendor de Cit (Consciência) escondido na caverna de Buddhi (Inteligência), ou do Turīya-Caitanya (a quarta Consciência) permanecendo no Ṣoḍaśānta.[10] Ver essas (formas) depende da graça do bom preceptor. (13)

A Descrição do Ācārya

> O Ācārya é aquele que é bem-versado nos Vedas, que é um verdadeiro devoto de Viṣṇu, que é desprovido de malevolência, que conhece o Yoga, que assume a sua posição no Yoga, que sempre tem o seu ser no Yoga e é limpo; que é cheio de devoção por seu preceptor, que conhece especialmente o Puruṣa; aquele que possui essas qualidades é conhecido como Guru. (14, 15)
>
> A sílaba 'Gu' indica a escuridão, a sílaba 'Ru' significa seu dissipador. Por causa da qualidade de dissipar a escuridão o Guru é assim chamado. (16)
>
> Só o Guru é o Brahman transcendente; só o Guru é a meta suprema; só o Guru é a sabedoria transcendente e só o Guru é o último refúgio. (17)
>
> Só o Guru é o limite máximo; só o Guru é a maior riqueza. Pelo fato de ele ensinar AQUILO, portanto, é o Guru maior que tudo mais. (18)

Fruto Produzido por um Estudo Dessa Upaniṣad

Aquele que faz (essa) ser lida, mesmo uma vez, torna-se dele a libertação do ciclo de nascimentos e mortes. Naquele mesmo momento perece todo o pecado, cometido em todos os nascimentos anteriores. Ele realiza todos os desejos de seu coração. Para aquele que a conhece há a realização de todos os fins e objetivos da existência humana. – Assim [termina] a Upaniṣad. (19)

---

[10] Ṣoḍaśānta, no qual se diz que o Turīya-Caitanya permanece, é evidentemente um ponto a dezesseis polegadas sobre o topo da cabeça.